

---

## Getauft unter dem Zeichen des Kreuzes Das Vorbereitungsgebet Gertruds von Helfta

---

### Gertrud von Helfta: „Exercitia Spiritualia“

Erstes Exercitium: Um wieder von Schuld frei zu sein wie in der Taufe

Dass du am Ende und Ziel deines Lebens dem Herrn makellos vorzeigen kannst das Kleid der Taufschuld und heil und unversehrt das Siegel christlichen Glaubens, so strebe danach, zu bestimmter Zeit eine Feier der Erinnerung an deine Taufe zu begehen, vor allem am Fest der österlichen Auferstehung und am Fest der pfingstlichen Geistsendung.

Wiedergeboren zu werden in Gott durch ein neues Leben, das heilig ist, und wiederaufgerichtet zu werden, um neu Kind zu sein, danach sehne dich also und sprich:

Gott habe Erbarmen mit mir,  
und er sage mir Segen und Heil;  
er lasse sein Antlitz leuchten über mich,  
und er habe Erbarmen mit mir.  
Preis und Heil sage hinwiederum ihm  
in aller Aufrichtigkeit und Wahrhaftigkeit mein Herz.  
Vom Angesicht des Herrn werde erschüttert  
das Erdreich meines Herzens,  
und im Lebenshauch seines Mundes  
werde wiedererschaffen und neugemacht  
der Atem meines Lebens:  
auf dass mich auf rechten festen Boden führe  
sein lebenspendender Geisthauch, der gut ist.

*Deus misereatur mei,  
et benedicat mihi:  
illuminet vultum suum super me,  
et misereatur mei.  
Benedicat eum in omni sinceritate et veritate cor meum.  
A facie domini moveatur  
Terra cordis mei,  
in spiritu oris eius recreetur et renovetur spiritus meus,  
ut in terram rectam deducat me spiritus eius bonus.*